

4月・5月

## 学校給食こんだて予定表

愛媛県立みなら特別支援学校

日	曜日	献立名	主に血や肉になるもの	主に体の調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	エネルギー	タンパク
12	水	ごはん 牛乳 鶏肉のケチャップ焼き きゅうりのサラダ ポトフ お祝いゼリー	普通牛乳 鶏肉 ウインナー	キャベツ きゅうり ぶなピー コーン にんじん たまねぎ だいこん ブロッコリー	米 じゃがいも マカロニ ゼリー ドレッシング	731kcal	33.7g
13	木	ごはん 牛乳 魚のパン粉焼き 切干大根のサラダ 小松菜のスープ	普通牛乳 さけ 茎わかめ 焼豚	切干大根 きゅうりにんじん 小松菜 えのきたけ しいたけ たまねぎ	米 パン粉 ドレッシング	688kcal	34.3g
14	金	もち麦ごはん 牛乳 ハンバーグ ごぼうのサラダ 豚汁	普通牛乳 国産鶏と豚のハンバーグ 豚肉 油揚げ 麦みそ	ごぼうにんじん きゅうり コーン えだまめ だいこん もやし はくさい いんげん こんにゃく 葉ねぎ	米 もち麦 上白糖 里芋 ドレッシング	789kcal	32.1g
17	月	ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き ほうれんそうのごまあえ けんちん汁	普通牛乳 豚肉 厚揚げ 松山揚げ	ほうれんそう はくさい もやし にんじん だいこん ごぼう えのきたけ 根深ねぎ	米 ごま 上白糖 里芋	776kcal	33.7g
18	火	ごはん 牛乳 鮭の香草焼き なのはなのサラダ ちゃんこうどん汁	普通牛乳 さけ 豚肉	バジル パセリ なのはな キャベツ カリフラワー ごぼう はくさい にんじん ぶなしめじ しいたけ 根深ねぎ	米 パン粉 ドレッシング うどん	736kcal	33.4g
19	水	米粉パン 牛乳 焼きぎょうざ こんにゃくサラダ やきそば	普通牛乳 ぎょうざ 海草 ミックス 豚肉 かつお節 あおのり	ほうれんそう ブロッコリー にんじん サラダこんにゃく コーン たまねぎ キャベツ	米粉パン ドレッシング スパゲッティ 油 上白糖	689kcal	29.9g
20	木	ごはん 牛乳 鶏肉のゆかりあげ きのごサラダ キャベツのみそ汁	普通牛乳 鶏肉 豆腐 油揚げ わかめ 麦みそ	ぶなしめじ ぶなピー えのきたけ きゅうり カリフラワー キャベツ もやし 葉ねぎ	米 かたくりこ 揚げ油 ドレッシング	790kcal	31.4g
21	金	ごはん 牛乳 豚肉の香味焼き かいそうサラダ 肉団子のスープ	普通牛乳 豚肉 海草 ミックス ミートボール	キャベツ きゅうりにんじん コーン はくさい たまねぎ 根深ねぎ	米 上白糖 油 ごま ドレッシング	801kcal	31g
24	月	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 白菜のサラダ 筑前煮	普通牛乳 いわしの生姜煮 鶏肉 焼き竹輪	ほうれんそう はくさい もやし にんじん れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく いんげん しいたけ	米 三温糖 油 ドレッシング	727kcal	38.3g
25	火	カレーライス 牛乳 チキンナゲット 花・花サラダ お祝いゼリー	豚肉 普通牛乳 チキンナゲット	たまねぎ にんじん カリフラワー ブロッコリー キャベツ	米 じゃがいも カレールウ 揚げ油 上白糖 ノンエッグマヨ	872kcal	30.5g
26	水	コッペパン 牛乳 ヒレカツ カリフラワーのサラダ コンソメスープ	普通牛乳 ヒレカツ 焼豚	カリフラワー キャベツ 赤ピーマン きゅうり たまねぎ にんじん	コッペパン 揚げ油 じゃがいも ドレッシング	647kcal	24.8g
27	木	ごはん 牛乳 さばの味噌煮 五色なます さわにわん	普通牛乳 さばの味噌煮 豚肉 厚揚げ	だいこん にんじん きゅうり きくらげ ぶなしめじ ごぼう たけのこ もやし しいたけ 根深ねぎ	米 ごま 上白糖	712kcal	33.8g

5月

日	曜日	献立名	主に血や肉になるもの	主に体の調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	エネルギー	タンパク
1	月	ハヤシライス 牛乳 コロッケ アスパラガスのサラダ	豚肉 普通牛乳 蒸大豆	たまねぎ マッシュルーム にんじん いんげん アスパラガス キャベツ コーン	米 コロッケ 揚げ油 ドレッシング	873kcal	28.4g
2	火	ごはん 牛乳 魚のゆみそかけ たけのこのサラダ 五目汁 かしわもち	普通牛乳 さわら 豆腐 油揚げ	いんげん たけのこ にんじん えだ まめ きゅうり なめこ ぶなしめじ えのきたけ しいたけ だいこん 葉 ねぎ	米 かしわもち ドレッシング	782kcal	37.1g

※ 食材料納入業務等により、献立が変更することがあります。